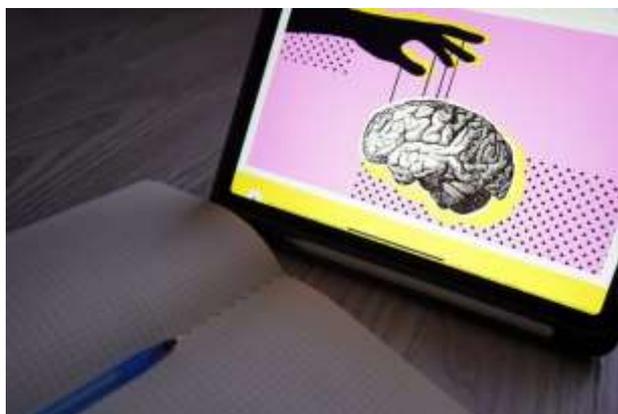


Сотрудники НИЯУ МИФИ рассказали о прокрастинации

11 октября 2024



Сотрудники НИЯУ МИФИ рассказали о прокрастинации. Фото: Анна Быкова, «Вечерняя Москва»

Познавательное занятие «Прокрастинация: как ее преодолеть» организовали в Национальном исследовательском ядерном университете МИФИ. Лекцию провели в четверг, 10 октября.

— Ведущим в рамках познавательного занятия стал доцент кафедры психологии, социологии и антропологии МИФИ Игорь Паршутин. Он рассказал участникам встречи о том, как развивалось мнение о понятии прокрастинации в научных и общественных кругах, — проинформировали сотрудники пресс-службы НИЯУ МИФИ.

По словам эксперта, в то время, когда он был студентом, прокрастинация не была достаточно изучена, ее просто приравнивали к лени. На лекции Игорь Паршутин рассказал о том, какие знания в этой области удалось получить ученым за последнее время.

Слушатели лекции узнали, с какими когнитивными искажениями связана прокрастинация и как она влияет на самооценку. В рамках занятия поговорили о возрастных пиках проблемы, ученые выделяют всего два этапа: с 17 до 23 и с 30 до 40 лет. Игорь Паршутин также поделился с участниками встречи советами по борьбе с прокрастинацией.

Источник: управа района Москворечье-Сабурово 11 октября 2024 года
<https://moskvoreche-saburovo.mos.ru/presscenter/news/detail/12609215.html>